

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №48 Пушкинского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТ

Педагогическим советом ГБДОУ №48  
Протокол № 01 от 29.08.2025г



УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий ГБДОУ детский сад №48  
Пушкинского района Санкт-Петербурга  
Приказ №29 § 1 п.5 - Од от 29.08.2025г  
О.И. Бойцова

**Режимы дня  
к образовательной программе дошкольного образования адаптированной  
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (тяжелыми нарушениями речи)  
Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
детский сад №48 Пушкинского района Санкт-Петербурга  
на 2025-2026 учебный год**

Санкт-Петербург  
2025г

**ПРИЛОЖЕНИЕ 7**

*к Образовательной программе дошкольного образования  
адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья  
тяжелыми нарушениями речи*

*ГБДОУ детский сад № 48 Пушкинского района Санкт-Петербурга  
Приказ № 29 §1 п 5 – ОД от « 29 » августа 2025г.*

**Режимы дня****Режимы дня в холодный и теплый период времени (по возрастам)**

| Содержание                                                                                              | 5-6 лет     | 6-7 лет     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|
| <b>Режим дня на холодный период</b>                                                                     |             |             |
| Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)       | 7.00-8.30   | 7.00-8.30   |
| Завтрак                                                                                                 | 8.30-9.00   | 8.30-9.00   |
| Игры, подготовка к занятиям                                                                             | 9.00-9.15   | -           |
| Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) | 9.00-10.00  | 9.00-10.50  |
| Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки                                                 | 10.15-12.00 | 10.50-12.00 |
| Второй завтрак <sup>17</sup>                                                                            | 10.30-11.00 | 10.30-11.00 |
| Обед                                                                                                    | 12.00-13.00 | 12.00-13.00 |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры                                | 13.00-15.30 | 13.00-15.30 |
| Полдник                                                                                                 | 15.30-16.00 | 15.30-16.00 |
| Занятия (при необходимости)                                                                             | 16.00-16.25 | -           |
| Игры, самостоятельная деятельность детей                                                                | 16.25-17.00 | 16.00-16.40 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки             | 17.00-18.30 | 16.40-18.30 |
| Уход домой                                                                                              | до 19.00    | до 19.00    |
| <b>Режим дня на теплый период</b>                                                                       |             |             |
| Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)       | 7.00-8.30   | 7.00-8.30   |
| Завтрак                                                                                                 | 8.30-9.00   | 8.30-9.00   |
| Игры, самостоятельная деятельность                                                                      | 9.00-9.15   | -           |
| Второй завтрак <sup>18</sup>                                                                            | 10.30-11.00 | 10.30-11.00 |

|                                                                              |             |             |
|------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|
| Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки | 9.15-12.00  | 9.00-12.00  |
| Обед                                                                         | 12.00-13.00 | 12.00-13.00 |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры     | 13.00-15.30 | 13.00-15.30 |
| Полдник                                                                      | 15.30-16.00 | 15.30-16.00 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей                                     | 16.00-17.00 | 16.00-17.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей          | 17.00-18.30 | 17.00-18.30 |
| Уход домой                                                                   | до 19.00    | до 19.00    |

Согласно пункту 2.10 СП 2.4.3648-20 в ГБДОУ детский сад №48 Пушкинского района Санкт-Петербурга соблюдаются следующие требования к организации образовательного процесса и режима дня:

- режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учётом возрастных особенностей и состояния здоровья;
- при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в т.ч., во время письма, рисования и использования электронных средств обучения;
- физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристские походы, спортивные соревнования организуются с учётом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. ДОО обеспечивает присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах;
- возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.